

≡ recette sucrée ≡

## CARAMEL DE DATTES SALÉ (VEGAN)

⌚ 10 minutes

🕒 8 minutes

🥛 1 pot de 200 ml

### Ingédients

6 dattes fraîches  
200 ml de crème de coco ou soja  
60 g de beurre de cacahuète  
2 cs. de sirop d'érable  
1/2 cc. de sel  
Une pincée de vanille en poudre

### Préparation

Dans le bol d'un mixeur, réunir les dattes dénoyautées et coupées en 4, la crème et le beurre de cacahuète. Mixer jusqu'à obtention d'une préparation lisse et homogène.

Dans une casserole, transvaser le contenu du bol et faire chauffer à feu moyen. Fouetter régulièrement le mélange jusqu'à ce qu'il épaississe (entre 5 et 8 minutes). Ajouter ensuite le sirop d'érable, le sel et la pincée de vanille, retirer du feu et bien mélanger.

Transvaser dans un pot en verre et réserver au frais avant de consommer (modérément !) comme pâte à tartiner, comme supplément sur un biscuit, pour réaliser des snickers maison, ou à la petite cuillère, tout simplement

